

18 Dicas Quentes de COMO DESENVOLVER O PODER DA MENTE

1. É vital desafiar o cérebro para mantê-lo ótimo.
2. Quanto mais intensa uma sensação, mais rápido ela desaparece.
3. Exercícios aeróbicos aumentam a oxigenação do cérebro.
4. A respiração correta é um meio de controle sobre os processos físicos.
5. Para rememorar faça associações incomuns e ridículas.
6. É preciso romper as normas e o sistema para enxergar de um jeito novo e criativo.
7. Pessoas intuitivas respondem olhando para a esquerda. A resposta lógica e refletida é quando se olha para a direita.
8. Temos que confiar em nossa intuição.
9. Não devemos temer cometer erros.
10. Uma abstinência de cinco meses de álcool é muito importante.
11. Dar-se um presente é forma de feedback.
12. Repita uma auto-afirmação quinze vezes enquanto relaxado.
13. É melhor tomar uma decisão do que evitar de tomar.
14. Às vezes ganhamos mais perdendo e repetindo a tentativa do que ganhando.
15. A criatividade surge quando correlacionamos fatos observados em uma nova ordem.
16. A parte mais importante nos quadros está no lado direito das obras de arte.
17. O olfato afeta o sistema digestivo, sexual e emocional.
18. Carne, ostra, noz, fígado e gérmen de trigo são ricas em zinco.